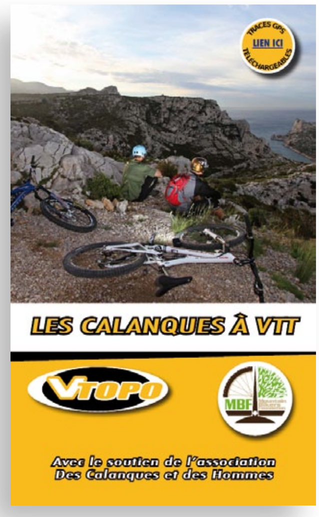
COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Mountain Bikers Foundation

Grenoble - Marseille, mardi 4 octobre 2011

M.B.F. & VTOPO sortent un topo guide VTT non-officiel et militant sur les Calanques !



Mountain Bikers Foundation et les Editions VTOPO, avec le soutien de l'association des Calanques et des Hommes publient un topo guide responsable sur la pratique du VTT dans les Calanques.

Le massif des Calanques doit être placé sous statut de parc National, un des statuts de protection de l'environnement les plus restrictifs en France, au cours du premier semestre de l'année 2012.

Nous sommes engagés depuis plusieurs années maintenant dans la concertation autour de la création de ce Parc. Nous militons pour que ce Parc national ambitieux (à quelques mètres de la seconde agglomération française) ne se transforme pas en sanctuarisation du territoire. **A contrario, nous militons pour que ce Parc soit un outil de sensibilisation, de concertation, un laboratoire du bien vivre dans le poumon vert d'une agglomération d'un million de riverains !** Pour cela, depuis près de 3 ans, nous demandons au GIP des Calanques de réfléchir de concert à la Liberté de circulation, plutôt qu'à l'interdiction unilatérale. Nous militons pour que ce principe figure dans la Charte du Parc, pour que les restrictions basées sur des critères intangibles soient retirés, enfin, pour que les vététistes soient des partenaires du Parc et non des parias de celui-ci.

Afin de provoquer cette réflexion, nous avons collaboré pour la création d'un topo-guide non officiel et militant disponible gratuitement sur le Web, sur le VTT à travers les Calanques, tout en faisant passer les messages essentiels pour sensibiliser au respect de cet espace unique, des institutions et des autres usagers.

Attention : ce topo est mis en ligne gratuitement à la date du 04/10/2011. Il est basé sur la réglementation en cours à cette date. Dans les mois à venir, celle ci peut, évoluer trapidement. Avant de vous engager sur ces tracés, il est indispensable de vous renseigner sur votre droit à emprunter ces parcours auprès du GIP des Calanques, de Mountain Bikers Foundation ou de VTOPO…

Enfin, pour pouvoir utiliser ce topo encore de nombreuses années, et pour l'avenir du VTT d'une manière générale, adoptez une attitude sobre et responsable en toutes circonstances !

La phase d'enquête publique accessible à tout citoyen démarrera au 17 octobre prochain pour se finir le 17 novembre. Il est absolument impératif que chacun se mobilise par une dénonciation écrite de ces critères qui finiront par interdire complètement la pratique du VTT dans les Calanques. Tous les renseignements pour satisfaire ce devoir citoyen vous seront donnés sur le site de Mountain Bikers Foundation ou de l'association des Calanques et des Hommes !

Vous trouverez notre topo-guide mis à disposition gratuitement, et fruit d'un travail bénévole, à la suite de ce comuniqué de presse ainsi qu' à ces adresses internet :

> CIRCULATION DES VEHICULES NON MOTORISES :
> IX. – Le Conseil d'Administration réglemente et, le cas échéant, soumet à autorisation du Directeur de l'Etablissement public, sur les sites et, le cas échéant, pendant les périodes qu'il détermine, l'accès, la circulation et le stationnement des cycles :
> 1° sur les pistes carrossables et sentiers existants, à faible pente, qu'il identifie, afin de limiter, entre autres, la vitesse et les freinages responsables de l'érosion du sol et de l'élargissement des sentiers ;
> 2° de manière à ce que le cyclisme réponde aux conditions de pratique douce ne nécessitant pas de technicité particulière mais comme moyen de déplacement et de découverte de la nature ;
>
> *Extrait de l'exposé des règles de protection du coeur du Parc National des Calanques GIP Calanques - Aout2011*

Association Mountain Bikers Foundation - www.MountainBikers-Foundation.com
Pour les Editions VTOPO - www.vtopo.fr et l'Association Des Calanques et des Hommes - www.les-calanques.org

Réalisé grâce au soutien de nos 800 adhérents & à l'ensemble de nos Mécènes :



LES CALANQUES À VTT

VTOPO

MBF Mountain Bikers Foundation

Avec le soutien de l'association
Des Calanques et des Hommes

N°	Nom du circuit	Km	D+/D-	Durée	VTOPO	Accès	Page
1	Luminy - En Vau	25	750	4h00	V1+	A1	28
2	Le Mont du Luminy	14	420	2h00	V2+	A2	30
3	Gorgue Longue	11	600	4h00	V2+	A3	32
4	Cap Gros par la crête de l'Estret	11	500	4h00	V3+	A3	34
5	Les vallons des Calanques	11	600	4h00	V4	A4	36
6	Le bord de mer	20	950	4h30	V4+	A5	38
7	Sormiou - Morgiou	20	750	3h30	V5	A6	40
8	Traversée des Calanques	22	1080/1330	5h30	V5	A3	42

Accès	Description
A1	Après le rond-point de Luminy (celui sur la route de la Gineste), se garer à gauche le long de la route qui mène au facultés
A2	Parking situé au bord de la route Léon Lachamp, juste avant le rond-point du col de la Gineste
A3	Col de la Gardiole : accessible depuis la route de la Gineste, en face de l'entrée du camp militaire de Carpiagne
A4	Boulevard de la Grotte Rolland : quartier de la Grotte Rolland situé dans le 8e arrondissement de Marseille, accessible par la route qui mène aux Goudes
A5	Au bout du quartier des Beaumettes (situé dans le 9e arrondissement de Marseille), par le chemin de Morgiou. Se garer au niveau des dernières villas avant la colline.
A6	Parking au collège du Roi d'Espagne, accessible par la route du même nom, celle qui mène à Sormiou



Juste avant d'arriver au col du Sémaphore, la vue est saisissante sur l'île Maire

Crédits Photos :
Florent Coste : 2, 18, 22, 34, 35, 36, 37
Cédric Tassan : Photo de couverture, 3, 5, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 38, 39, 40, 41, 42, 43

REMERCIEMENTS :

Les éditions VTOPO et MBF tiennent à remercier toutes les personnes qui ont collaboré à la création de ce guide numérique sur le VTT dans les Calanques

Le projet est soutenu par l'association des Calanques et des Hommes : http://les-calanques.org/

DES TRACÉS POUR TOUS

En collaboration étroite entre Mountain Bikers Foundation et les éditions VTOPO, soutenu par l'association des Calanques et des Hommes, ce guide a été réalisé afin de rétablir certaines contre vérités ou idées reçues.

Ainsi, le VTT trouve dans les calanques un terrain d'expression favorable. Il est même la 2e activité terrestre (derrière la randonnée pédestre, mais devant l'escalade ou la chasse) la plus pratiquée. Le VTT dans les calanques n'est pas pratiqué par des « dangereux fous, avides de sensation au mépris de la nature et de toute règle de sécurité » tels qu'ils sont souvent caricaturés.

Le VTT dans les calanques correspond à la réalité moyenne de cette pratique, par une activité de nature douce où chaque sportif cherche avant tout, un moyen de s'oxygéner les muscles et le cerveau, en harmonie avec la nature. Néanmoins, cette activité a beau être pratiquée par près de 14 % de la population ; elle reste fragile.

Cette fragilité vient principalement d'une méconnaissance du VTT. Le VTT est un sport jeune et nos « élites » n'ont pas (encore) pratiqué cette activité.

Il revient donc à chaque VTTiste de faire la promotion de son sport, par un comportement exemplaire, afin que celui-ci soit reconnu à sa juste valeur.

Cette reconnaissance permettra de rétablir certaines vérités et améliorer les discussions avec les pouvoirs publics.

Bonnes balades à toutes et à tous



Épingles soutenues par des restanques sur le GR du bord de mer

Mountain Bikers Foundation (MBF)

La Mountain Bikers Foundation est l'association française du VTT. Elle vise à **regrouper tous les acteurs du VTT** (des pratiquants aux marques en passant par les fédérations, les institutions, les clubs et associations, les professionnels, les magasins, etc...) **sous la bannière du développement durable** de cette activité.

La Mountain Bikers Foundation vise l'équilibre entre pratique du VTT et protection de l'environnement d'une part, et entre VTT et autres usages de la Nature d'autre part.

Cela passe par de multiples chevaux de bataille :
- Médiation lors de conflits entre usagers et autorités locales, entre usagers eux même également, afin d'ouvrir le dialogue et trouver les solutions pour un développement harmonieux de cette activité avec la Nature et les autres usagers des sentiers.
- Sensibilisation sur les gestes simples auprès des pratiquants pour assurer l'activité de ce même développement durable
- Assistance et conseil pour toute démarche pour la création d'un lieu de pratique, pour tout chantier de réhabilitation, entretien, sécurisation.
- Création de chiffre pour permettre à la société d'avoir une vision précise du phénomène VTT, 7ème sport des français, touchant 14% de la population !

L'objectif de l'association est de créer du lien :
- A l'intérieur de la communauté VTT elle-même, très sectorisée, segmentée
- Entre le secteur du VTT et les décideurs politiques et économiques, au niveau local comme national.

Le secteur d'activité du VTT doit, dès le commencement d'une phase de reflexion des pouvoirs publics, peser dans les décisions qui le concernent, car nous nous devons de trouver un juste équilibre entre pratique, environnement et autres usages, dans la Nature. La communauté VTT doit être actrice de cet équilibre pour prendre en main son avenir et ne pas subir les décisions où elle n'est prise en considération et qui par conséquent, ne conviennent pas à la réalité du VTT.

La Mountain Bikers Foundation est ouverte à tous, entreprises, associations, professionnels, particuliers.... ***Rejoignez nous au plus vite, le VTT à besoin de vous !***

VTOPO

VTOPO est une maison d'édition marseillaise leader en France du guide VTT qui publie tous les ans de nombreux topos sur toute la France.

Par cet ouvrage numérique sur les Calanques diffusé gratuitement, et parce que VTOPO connaît parfaitement le massif, nous avons souhaité nous engager en faveur du VTT dans les Calanques.

Les vététistes sont autant les hôtes de la nature que les autres usagers. Ce sont des individus responsables, aimant leur environnement et soucieux de le préserver. De plus, la pratique se déroule uniquement sur des tracés créés par la main de l'homme : sentiers, chemins, pistes... Il n'y a donc pas de dégradations faites au milieu naturel. Nous qui roulons au quotidien à travers toute la France, nous remarquons que le VTT s'est parfaitement intégré dans l'environnement et que le partage de l'espace entre les différents usagers est plus que positif.

Pour que la pratique reste ouverte pour tous et de manière durable...

Des Calanques et des Hommes

L'association « Des Calanques et des Hommes » a pour ambition de faire participer activement à l'élaboration du Parc et à la gestion de celui-ci les pratiquants des différentes activités de pleine nature, grimpeurs, randonneurs, vététistes, plongeurs, kayakistes, plaisanciers, etc. amateurs ou professionnels.

Née de l'opposition générée par les projets d'interdictions majeures initialement envisagées pour le futur Parc National des Calanques, elle défend que la meilleure protection s'obtient en impliquant les usagers dans la gestion et non à coup d'interdictions. Résolument favorable à une protection efficiente des Calanques (et notamment contre des nuisances actuelles qu'un PN ne saurait supporter, égout de Cortiou, de La Ciotat, boues rouges dans la fosse de Cassidaigne...) , elle estime qu'un « Parc National » peut permettre une telle protection ; mais un Parc National de référence où l'Homme conserve toute sa place. Pour ce faire, il faut et il faudra rester vigilants !

C'est pourquoi l'Association a adopté une posture responsable - aujourd'hui avec le Groupement d'intérêt Public des Calanques - demain avec les instances de gestion et de décision du Parc. Avec le soutien de ses adhérents et de tous les usagers et amoureux des Calanques soucieux d'une protection équilibrée et respectueuse des usages, « Des Calanques et des Hommes » privilégie une posture de propositions critiques et constructives. Nous sommes forts du maintien de votre vigilance et de notre mobilisation collective. Votre soutien est capital ! Nous comptons sur vous ! ***Rejoignez nous !***




Curiosité géologique à Marseilleveyre

- Géologie

Le massif des Calanques constitué de roches calcaires s'est formé en 4 temps :
- Tout d'abord, il y a environ 150 millions d'années, une énorme masse de calcaires s'accumule au fond de la mer sur près de 1500 m d'épaisseur ! C'est le futur matériau des Calanques.
- 120 millions d'années plus tard, une première phase de soulèvement apparaît donnant naissance à des reliefs complexes. Une érosion intense vient parfaire cette deuxième étape.
- Il y a environ 8 millions d'années, de nouveaux soulèvements vont façonner la vision que nous avons du massif. Des cassures ou failles apparaissent. La formation d'aiguilles, de clochetons est aidée par la nature dolomitique de certains calcaires. L'érosion fait le reste. Elle se déroule en 2 temps : d'abord une érosion fluviale classique mais aussi une érosion karstique qui a truffé le réseau souterrain de galeries.
- Enfin, 1 million d'années avant notre ère, c'est le quaternaire et ses successions de périodes glaciaires qui font baisser le niveau de la mer. Cela engendre une nouvelle érosion fluviale.
A la fin de la dernière glaciation, l'eau de fonte retourne à la mer, le niveau s'élève d'environ 120 m et le paysage est figé. Mais pour combien de temps ?
Quant au cap Canaille qui présente un aspect radicalement différent des falaises éclatantes de blancheur des Calanques, il s'agit d'une formation marneuse plus récente (environ -100 millions d'années) s'appuyant sur la strate de calcaire urgonien. Il en résulte un empilement caractéristique de plusieurs strates rocheuses : grès, calcaire, poudingue.

- Faune

La faune sauvage est aux portes de Marseille. Les Calanques jusqu'au cap Canaille sont d'abord le domaine des oiseaux. Parmi les nombreuses espèces que l'on rencontre, 25 sont protégées par la loi, 10 sont portées sur la liste rouge des vertébrés en voie de disparition et 6 figurent sur l'annexe I de la Directive Européenne Oiseaux, espèces rares et menacées d'extinction... Citons les oiseaux les plus connus faisant partie de ces espèces rares : l'Aigle de Bonnelli, le Hibou Grand Duc, le Puffin Cendré, le Pétrel Tempête. Les Calanques abritent aussi le Faucon Pélerin dans les falaises du Cancéou de Castelvieil et de la Bougie. Même constat au cap Canaille où les hirondelles des rochers et les Faucons Pélerins ont élu domicile. A terre, le massif est colonisé par certains invertébrés qui ont du développer tout un système d'adaptation à l'extrême sécheresse et aux températures extrêmes : forte carapace rigide pour les coléoptères, coquille épaisse chez les mollusques et vie nocturne. Les Calanques abritent des papillons, mais aussi des reptiles et des batraciens tous protégés par la loi. Citons le Lézard Ocellé, celui des Murailles ou le Petit Gecko. Enfin, 14 espèces de mammifères sont présentes : l'Ecureuil, la Chauve-souris Molosse de Cestoni protégée par la loi, le Blaireau, le Sanglier.

- Flore

Qui pourrait imaginer que sur à peine plus de 5000 hectares, on recense plus de 900 espèces végétales, soit 1/5 des espèces connues dans notre pays ! Parmi elles, on dénombre environ 50 espèces rares et 15 protégées par la loi. Certaines d'entre elles sont mêmes des survivantes glaciaires.
Le massif est caractérisé par le paysage de la garrigue : chênes-kermes, romarins, cystes, bruyères... Mais on y retrouve le pin d'Alep, emblème de la Provence. On y croise aussi de jolis spécimens de chênes verts, des figuiers sauvages suspendus dans les surplombs et quelques chênes blancs.
Parmi toutes les espèces végétales, la star reste la délicate herbe à Gouffé, ou Sabline de Provence endémique provençale, qui pousse donc uniquement entre Marseille et Toulon. Elle vit dans les éboulis et ses tiges sont tellement fines qu'il est facile de ne pas la voir et de la piétiner. Au cap Canaille, on trouve des anthilllides fossitis uniques en France, ainsi que des violettes arborescentes au pied des parois, côté La Ciotat. Voilà pourquoi le patrimoine végétal exceptionnel des Calanques demande une attention particulière. Ne parcourez pas les pierriers, restez sur les sentiers.

- Milieu marin

Même si le vététiste durant la pratique de son activité préférée n'aura jamais à mettre la tête sous l'eau, il est quand même intéressant de savoir que le domaine marin possède un patrimoine naturel aussi exceptionnel que celui terrestre. Sous l'eau, le relief se prolonge et l'on retrouve des grandes falaises appelées tombants dans le jargon des plongeurs, des grottes, des éboulis... On y retrouve de nombreuses espèces de poissons : Daurades, Sars, Chapons, Mérous, Loups mais aussi des Dauphins et des Poissons-lunes. Les trous et les grottes abritent des nombreuses Murènes et autres Congres. On trouve aussi du Corail, animal vivant et aussi des espèces du règne végétal telle la Posidonie. Cette plante à fleur qui colonise les fonds marins sous forme d'herbier est le poumon de la mer Méditerranée tout comme la forêt amazonienne est le poumon de la planète. C'est une espèce endémique à la Méditerranée.


Le véritable fléau des Calanques : l'incendie !

- On a des choses à nous reprocher : Prenez en conscience !

MBF milite auprès des pratiquants pour limiter au maximum les pratiques et comportements qui véhiculent une mauvaise image de notre loisir, qu'ils soient épiphénomène (construction illégales, hors sentier, comportement agressif…) ou largement rependus (faiblesse du port de protections, manque d'objectivité sur son propre niveau technique et/ou physique…).
Le VTT est une discipline jeune qui pâtit de cette jeunesse (dernière arrivée…) et d'une image de « sport extrême », alors que nous savons tous qu'il n'en est rien pour l'immense majorité des vététistes.
Par contre la culture du ludique, du pilotage, voire de l'adrénaline, attachée à toute pratique du VTT a du mal à passer auprès des usages « traditionnels » (randonnée pédestre, chasse, etc..) de la nature. Le problème d'éventuels conflits d'usages peut survenir quand on oppose la vision du « quand on va dans la Nature c'est pour se faire mal » à la vision du « quand on va dans la Nature c'est pour se faire plaisir ». Prenez en conscience !

- La Charte de Bonnes Pratiques MBF

La Mountain Bikers Foundation a donc décidé de fonder son positionnement sur une Charte simple et non restrictive qui permet d'améliorer la cohabitation entre usages. Nous vous invitons à en prendre connaissance et à l'appliquer au plus près pour l'avenir du loisir de 7 millions de français pratiquants le VTT :

« Nous sommes tous des invités de la nature et nous sommes responsables des chemins que nous laisserons demain, à nos enfants... Pour l'avenir de notre pratique, voici quelques règles de bon sens à appliquer.

1. Je respecte la nature
Je respecte l'environnement dans lequel j'évolue, ainsi que la quiétude de la faune et de la flore.
Je rapporte tous mes déchets, même les plus petits et fais attention à ne pas laisser échapper papiers ou bidons de mes poches.

2. Je respecte les sentiers
Je respecte le sentier et ne pratique pas le hors piste y compris pour couper un virage ou une épingle.
Je roule «propre» et n'abuse pas du dérapage pour ne pas laisser de trace de mon passage.
Je m'engage dans la préservation et l'entretien des sentiers auprès des gestionnaires et associations locales.

3. Je respecte les autres usagers
Pour ne pas surprendre les autres usagers de la nature, je ralentis et annonce systématiquement mon arrivé par un «bonjour» ou à l'aide de ma sonnette lorsque cela est nécessaire.
Un virage aveugle ? Je ralentis de façon à m'arrêter instantanément face à un autre usager.

4. En bref, je suis constamment l'ambassadeur du VTT
Je fais partager mon amour pour ce loisir en dialoguant avec d'autres usagers dès que je le peux et en respectant le milieu dans lequel j'évolue.
En toute circonstance je reste courtois et respectueux de l'ensemble des usagers de la nature.
Je m'implique au maximum dans des démarches de prévention et de médiation. »

- Les règles de sécurité minimales… et bien sûr le respect !

Afin également d'apporter une meilleure image du VTT en toutes circonstances, MBF travaille sur la sensibilisation aux règles de sécurité pour le VTT en stations de montagne avec le soutien du Ministère des Sports et l'aide du Syndicat des Moniteurs Cyclistes Français et de la Fédération Française de Cyclisme.
Attention, les images vues dans ces vidéos ne reflètent en rien la pratique dans les Calanques. Mais les messages portés sont indispensables afin de limiter les accidents et de pratiquer « raisonnablement » en regard du site naturel protégé que vous parcourrez, des possibilités de secours et de la présence d'usages différents sur els chemins !
Nous nous devons d'être exemplaires : pour l'avenir de notre loisir dans les Calanques et sur les espaces naturels, suivez ces recommandations simples !

« Êtes vous sûr de votre niveau ? »
« Ralentissez pour dépasser un groupe de personnes »

Une vidéo nord américaine (en anglais) sur le thème du « Bien contre le Mal », très caricaturale. Mais au moins la caricature marque les esprits et elle permet de dénoncer avec le sourire des comportements minoritaires néfastes pour la majorité. Voici quelques règles de bon sens qui s'appliquent aussi en France !



La courtoisie entre vététiste et marcheurs, le quotidien des pratiquants

La circulation à VTT

Dans cette partie vous trouverez des explications sur le statut du VTT en forêt, puis selon qu'il se situe sur une propriété publique ou privée.

- Le statut du VTT en forêt

Les déplacements à VTT doivent prendre en compte la spécificité de l'engin. Le vélo ne bénéficie pas d'un statut juridique qui lui est propre. A ce titre, il a été rattaché à la catégorie des véhicules sans que la majorité des articles se référant à ce type de déplacement mentionne la présence d'un véhicule. Ainsi, de nombreuses interprétations, plus ou moins erronées, sont apparues. L'interprétation extensive de l'article R 331-3 du Code Forestier a même posé la question de savoir si le VTT n'allait pas être interdit...en forêt ! Certains gestionnaires de forêts estiment notamment, au visa de cet article, que le vélo serait interdit en dehors des chemins ouverts à la circulation publique. Une telle analyse relève d'une interprétation extensive et erronée de l'article sus visé.

L'article R331-3 du Code forestier dispose que :

« Est puni de la peine d'amende prévue pour les contraventions de la 4e classe tout détenteur de véhicules, bestiaux, animaux de charge ou de monture trouvés dans les forêts, sur des routes et chemins interdits à la circulation de ces véhicules et animaux. »

Vous conviendrez qu'à aucun moment cet article ne fait référence à une circulation de ces véhicules. Cette non référence à la circulation est logique dans l'esprit de la loi. En effet, l'article R331-3 du Code forestier vient, dans l'arsenal législatif, en complément de l'article L362-1du Code de l'environnement.

Là aussi, un rappel s'impose en notant que l'article L362-1 du code de l'environnement dispose :
« En vue d'assurer la protection des espaces naturels, la circulation des véhicules à moteur est interdite en dehors des voies classées dans le domaine public routier de l'Etat, des départements et des communes, des chemins ruraux et des voies privées ouvertes à la circulation publique des véhicules à moteur. »

Cet article L362-1 du code de l'environnement fait référence à la circulation.

L'article R331-3 du Code forestier a une fonction complémentaire puisqu'il permet notamment de verbaliser les propriétaires des véhicules trouvés sur ces chemins. Ainsi, sous le visa de cet article, les juridictions compétentes ont pu verbaliser des chasseurs propriétaires de véhicules stationnées sur des voies où leur circulation était interdite.

L'article L362-1 du code de l'environnement faisant référence aux véhicules à moteur, il est inapplicable aux vélos. Néanmoins, lorsqu'il est fait référence à des interdictions de circuler à vélo, les gestionnaires se fondent sur l'article R331-3 du Code forestier. Comme il a été exposé précédemment, cette utilisation est extensive, contraire à l'esprit de la loi mais aussi erronée. En effet, la lecture de l'article R331-3 du Code forestier ne fait, à aucun moment, référence à la circulation des véhicules mais aux « propriétaires des véhicules trouvés ».

Ainsi, en l'état, une décision contre la circulation d'un vélo, sur le fondement de cet article est illégale. Malheureusement, la situation ne semble pas devoir évoluer et l'utilisation extensive et abusive de cet article semble devoir perdurer. Néanmoins, la situation du vélo en forêt pourrait évoluer puisque le grenelle de l'environnement a indiqué qu'il fallait développer le vélo dans un cadre urbain, mais aussi peri-urbain.

- Le statut du VTT sur un chemin privé

Les pratiquants de cyclisme (et en particulier de VTT) ou les randonneurs pédestres (les 2 sports les plus pratiqués en France) ont tous été un jour confrontés à un accueil peu chaleureux d'un propriétaire dont ils avaient eu le malheur de traversé la propriété. Il convient de rappeler les principes régissant les sports de nature et leur confrontation à la propriété privée.

Ainsi, l'article L331-1 du Code du sport dispose que :
« Les sports de nature s'exercent dans des espaces ou sur des sites et itinéraires qui peuvent comprendre des voies, des terrains et des souterrains du domaine public ou privé des collectivités publiques ou appartenant à des propriétaires privés, ainsi que des cours d'eau domaniaux ou non domaniaux. »

Ce principe constitutionnel de liberté d'aller et venir (appliqué en l'espèce aux sports de nature) peut néanmoins se voir opposer le droit au respect de la propriété privé Lorsque la propriété est privée, le principe est le libre accès sous condition d'absence d'interdiction et de respect des lieux. On estime qu'il y a une présomption de libre accès lorsque cet accès est non interdit (panneaux ou clôture) et non préjudiciable. Considérant ce qui précède, il sera néanmoins rappelé qu'être dans son droit, n'exonère pas des principes de politesse...

- Le statut du VTT sur une propriété publique : les pouvoirs (limités) du maire

Outre la réglementation légale, certaines parcelles sont soumises à des réglementations locales. La protection de l'environnement étant à la mode certains maires ont donc tendance à en user et par conséquent en abuser. Les « victimes » de ces abus sont bien souvent les usagers, qui sont les 1ers concernés par ces considérations environnementales. A ce titre, les VTTistes doivent quelques fois faire face à des interdictions territoriales ou temporaires plus ou moins discutables.

Il convient donc de rappeler (juridiquement) aux maires quelles sont leurs pouvoirs en matière de protection de la nature. Un arrêté municipal repose sur le pouvoir de police municipal d'un maire. Le pouvoir de police d'un maire est défini par les articles L2212-1 du Code général des collectivités territoriales.

L'article L2212-2 du Code général des collectivités territoriales précise que :
« La police municipale a pour objet d'assurer le bon ordre, la sûreté, la sécurité et la salubrité publique. »

Dès lors, vous constaterez qu'il est difficile de rattacher la protection de la nature à un de ces objectifs. Cette analyse nous est confirmée par la jurisprudence (TA NICE, 22 févr. 2005, n°0300491, préfet des Alpes Maritimes c/ Cmne GOURDON). Dans cet arrêt, le maire de la commune de Gourdon avait pris un arrêté interdisant la pratique de l'escalade sur tout le territoire de la réserve de chasse de la commune sur le fondement que la pratique de cette activité portait atteinte à un patrimoine (naturel) remarquable. Le refus du maire de retirer cet arrêté fut annulé par la juridiction saisie au motif qu'il n'entrait pas dans les pouvoirs de police du maire de préserver des espèces animales et végétales.

Néanmoins, les maires peuvent prendre des arrêtés limitant la circulation, si ceux-ci se fondent sur le bon ordre, la sûreté, la sécurité ou la salubrité publique. Cependant, ces arrêtés doivent être bien évidement justifiés mais aussi proportionnés. Ainsi, un arrêté municipal pris par la commune de VAUVENARGUES a dû être retiré (CAA Marseille, 5 mai 1998, n°96MA02068) car le maire avait purement et simplement interdit toute circulation en forêt les jours de battue au gros gibier. Par conséquent, les arrêtés municipaux prévoyant une restriction de circulation (hors véhicules à moteur) doivent être fondés sur un pouvoir de police ET être proportionnés.

Ce n'est qu'à cette double condition qu'ils acquièrent leur légalité.

La réglementation actuellement applicable au périmètre du Parc National des Calanques dépend du propriétaire de la parcelle. Ainsi, sur le territoire prévu par le GIP, certaines parcelles appartiennent aux propriétaires privés ou publics. La réglementation sur les parcelles des propriétaires privés est celle évoquée précédemment (4.1 et 4.2). La majorité des parcelles est détenue par les pouvoirs publics, à savoir, l'Etat, le Conseil général et les communes de Marseille, Cassis, la Ciotat, Ceyreste, Roquefort la bedoule.

La position du GIP envers le VTT a été assez restrictive (voir par ailleurs) car elle se fonde sur un postulat selon lequel le VTT était interdit « dans les calanques ». Il convient de noter que seule la ville de Marseille a interdit, sur une partie de son territoire (Luminy), la pratique du VTT. La Mountain Bikers Foundation s'est rapproché de la ville de Marseille afin d'étudier cet arrêté. Il nous a été rétorqué que celui-ci ne pouvait nous être transmis puisqu'il n'avait été approuvé en conseil municipal. Cette position est étonnante puisque cette formalité n'est pas nécessaire à l'application d'un arrêté municipal.



Porter le vélo, un grand classique des Calanques

Par ailleurs, cet arrêté du 22 février 2008, n°08/047/SG (que nous avons finalement obtenu) se fonde, dans son considérant sur la nécessité, pour la commune, « d'assurer la préservation du patrimoine biologique des calanques, la conservation ou le rétablissement (…) des populations des espèces animales et végétales ». La poursuite d'un tel objectif n'est pas dans les pouvoirs de police du maire (cf. point 4.3 évoqué précédemment). A ce titre, l'interdiction de circuler à VTT telle qu'énoncée par l'arrêté municipal, sur lequel se fonde le GIP des calanques, est illégale.

Cet aspect doit être pris en compte dans la nécessité de ne pas démarrer la réflexion sur la circulation à VTT dans le futur parc national avec des a priori négatifs et/ou erronés.

La position de MBF sur le Parc national des Calanques reste inchangée depuis le début de son intervention auprès du GIP : liberté avec des restrictions et pas de hors pistes, ni aménagements.

Les vététistes en tant, avant tout qu'amoureux de la nature, sont pour la création d'un parc national et le soutiennent !

En revanche, la création de cet espace ne doit pas se faire à n'importe quel prix ! Notamment la sanctuarisation de l'espace et le sacrifice de l'accès à la Nature pour une population convaincue et respectueuse du bien fondé de la protection de l'environnement sont des inepties !

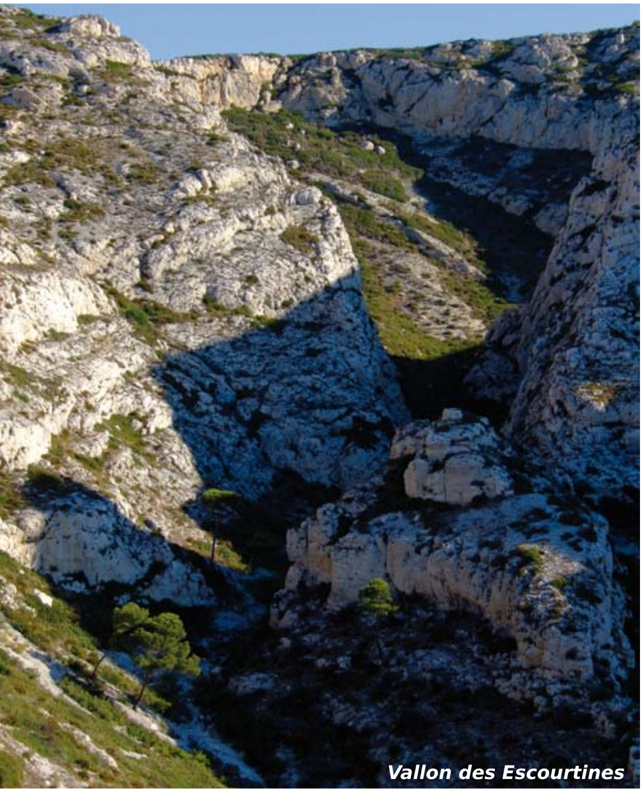
Le risque est en effet de transformer ces mêmes convaincus du bien fondé d'un Parc National à Marseille en opposants farouches à la protection !

De plus, il convient de rappeler que le VTT est, avant tout, un vélo. Ce même objet dont tout le monde est convaincu (cf. GRENELLE de l'environnement) qu'il est l'avenir du déplacement urbain, serait donc, d'après les gestionnaires d'espaces naturels et l'équipe du GIP des Calanques en particulier, un objet néfaste pour l'environnement dès lors qu'il est utilisé dans la Nature ?
La Mountain Bikers Foundation préfère, à cette position, favoriser le réflexe vélo quotidien. Celui-ci passe par la pratique du vélo sous toutes ses formes, que ce soit dans les déplacements quotidiens comme dans le cadre de loisirs, en ville, en zone rurale, sur des espaces naturels, etc…

Le Parc national des Calanques qui, verra le jour au cours de l'année 2012, doit représenter une ouverture sur le plan de la circulation des vélos en son sein. Nous pensons que ce Parc ne doit pas représenter une frontière avec l'urbanisation présente parfois à quelques dizaines de mètres seulement de sa limite. Cette coupure « Nature / Culture » ne sera jamais possible, il faut que les instigateurs du projet en aient conscience dès aujourd'hui !



Vue aérienne de Sormiou et ses multiples chemins


Vallon des Escourtines

A contrario, ce parc est une chance unique d'intégrer la Nature dans une Métropole internationale, chance unique de sensibiliser de façon très large à des notions échappant à la vie « urbaine ». ***Ce parc périurbain est une chance unique de préserver cet écrin tout en sensibilisant aux problématiques environnementales quotidiennes le quasi million de Marseillais auxquels s'ajoutent les millions de touristes annuels dans les Calanques.***

Très concrètement, la Mountain Bikers Foundation se positionne sur le principe légal ayant cours dans d'autres parcs nationaux périurbains, avec une liberté de principe accordée aux cycles de circuler sur le réseau de pistes et sentiers de l'ensemble du Parc des Calanques. Cette Liberté pourrait être restreinte en fonction de critères tangibles de :

• sécurité (risque incendie évalué, battues de chasse inscrites…),
• surfréquentation imposant une régulation des flux ponctuelle (ponctuelle dans le temps et dans l'espace et de façon partagée avec l'ensemble des pratiques)
• protection de l'environnement et de la biodiversité (éloigner l'ensemble des pratiques d'habitats et espèces fragiles de façon ponctuelle)

Quoiqu'il en soit, ces aménagements de liberté d'aller et venir devront être :
• Limités dans le temps,
• Limités dans l'espace,
• Concertés avec les associations représentant les intérêts cyclistes, avec la consultation d'au moins deux acteurs pour assurer l'impartialité de la décision
• Partagés avec les autres usages, le VTT n'ayant pas un impact plus important qu'un autre type d'usage.

L'ensemble de ces principes est explicité dans un document remis au GIP des Calanques le 27 aout 2010, donnant l'avis de MBF sur la version n°1.2 de l'avant projet de Charte pour le Parc National des Calanques.
Ce document est disponible ici et là.

La position de MBF n'a pas évoluée sauf sur le point n°1 (retrait du terme « vélocyclisme » de tous les documents du GIP) seul pour lequel nos revendications ont été entendues.

L'ensemble des autres points reste en suspens car, lors des dernières réunions, aucune assurance ne nous a été donné que nos revendications équilibrées seront entendues.


Vue plongeante sur le village des Goudes

Evolution du VTT au sein du GIP

- Le VTT loisir d'avenir, majoritaire en France, mais mal aimé ??

La situation du VTT dans le discours des responsables du GIP (voix à l'assemblée générale de cet organe) était très négative aux origines.

Compte rendu de la réunion du 20 février 2008
CONCERTATION NATURA 2000
MILIEU TERRESTRE

VTT
M. BARBIER-BROSSAT (Union des Calanques du littoral) […] *les personnes qui pratiquent le VTT sont conscientes des interdictions mais passent outre. […]*

M. MAIROT (Direction Parcs et Jardin Ville de Marseille) *rappelle l'existence de l'arrêté municipal de Luminy interdisant la pratique du VTT et la présence de deux gardes à l'entrée. Cependant ceux-ci ferment parfois le poste de garde lorsqu'ils partent en patrouille dans le massif, laissant ainsi l'accès libre au VTT.[…]*

A. VINCENT (ONF) *distingue*
(i) la pratique familiale du VTT sur piste DFCI qui ne pose pas de problème à l'ONF,
(ii) la pratique sportive, plus agressive, qui dérive vers de la recherche de hors-sentiers et qui sera interdite sur les sentiers des terrains de l'ONF
(iii) la pratique « free-ride » avec descente dans les éboulis et création de butes, parfois à la minipelle, pour faire des sauts. Cette dernière pratique, qui se développe de plus en plus, semble aussi destructrice que celle du moto-cross et devrait donc être bannie du massif. […]
Il informe de nouvelles pratiques faisant leur apparition dans les milieux naturels mais pas encore observées dans les Calanques : une sorte de « surf sur terre » où le but consiste également à faire des sauts à partir de butes aménagées mais aussi de glisser sur des substrats type marne, pentes terreuses glissantes, broussaille suffisamment lisse. […]



Du cap Gros, vue plein large vers l'archipel de Riou

D. FRANCHI (Société provençale des chasseurs réunis) *rappelle que le vrai problème du VTT est la création de pistes sauvages qui dégradent les habitats naturels. […]*

L. LE MIRE PECHEUX (GIP des Calanques) *rappelle qu'une étude a déjà été conduite pour étudier des tracés de pistes sur lesquelles le VTT serait tout à fait légal. […]*

M. MAIROT (Mairie de Marseille) *précise que cette étude portait aussi sur Luminy où la réglementation peut évoluer. […]*

La réalité est pourtant tout autre…



En descendant sur Morgiou

- L'implications de MBF et des Calanques et des Hommes

Heureusement, des associations comme Mountain Bikers Foundation (VTT) ou des Calanques et des Hommes (plus proche de l'escalade mais multisports de Nature) se sont solidement investies dans la concertation entre temps pour porter la voix de ces loisirs de Nature tellement « contre Nature » ! Ainsi les associations ont pu inverser certaines idées fausses préétablies provenant de l'imaginaire collectif nourri par les médias, et les vidéos circulant sur Internet.

- Le travail de MBF sur le VTT

Aujourd'hui, grâce à la coordination de MBF sur de nombreuses réunions privées avec le GIP, les instances nationales, grâce à nos lettres aux Ministres de l'Environnement et celui des Sports, au Maire de Marseille, au Président du GIP, grâce à nos interventions en réunion publiques et nos interventions en réunions de concertation, ***le VTT est passé du statut « d'activité sportive nuisible pour l'environnement » au statut d' « usage de loisir doux et de découverte respectueuse de la Nature tant pour des usagers occasionnels que pour un public plus régulier »*** (Objectif Parc n°4 du 20/03/2011).

On ne peut que se féliciter de cette belle avancée ! Mais les points de friction sont encore trop importants pour que MBF s'en réjouisse.

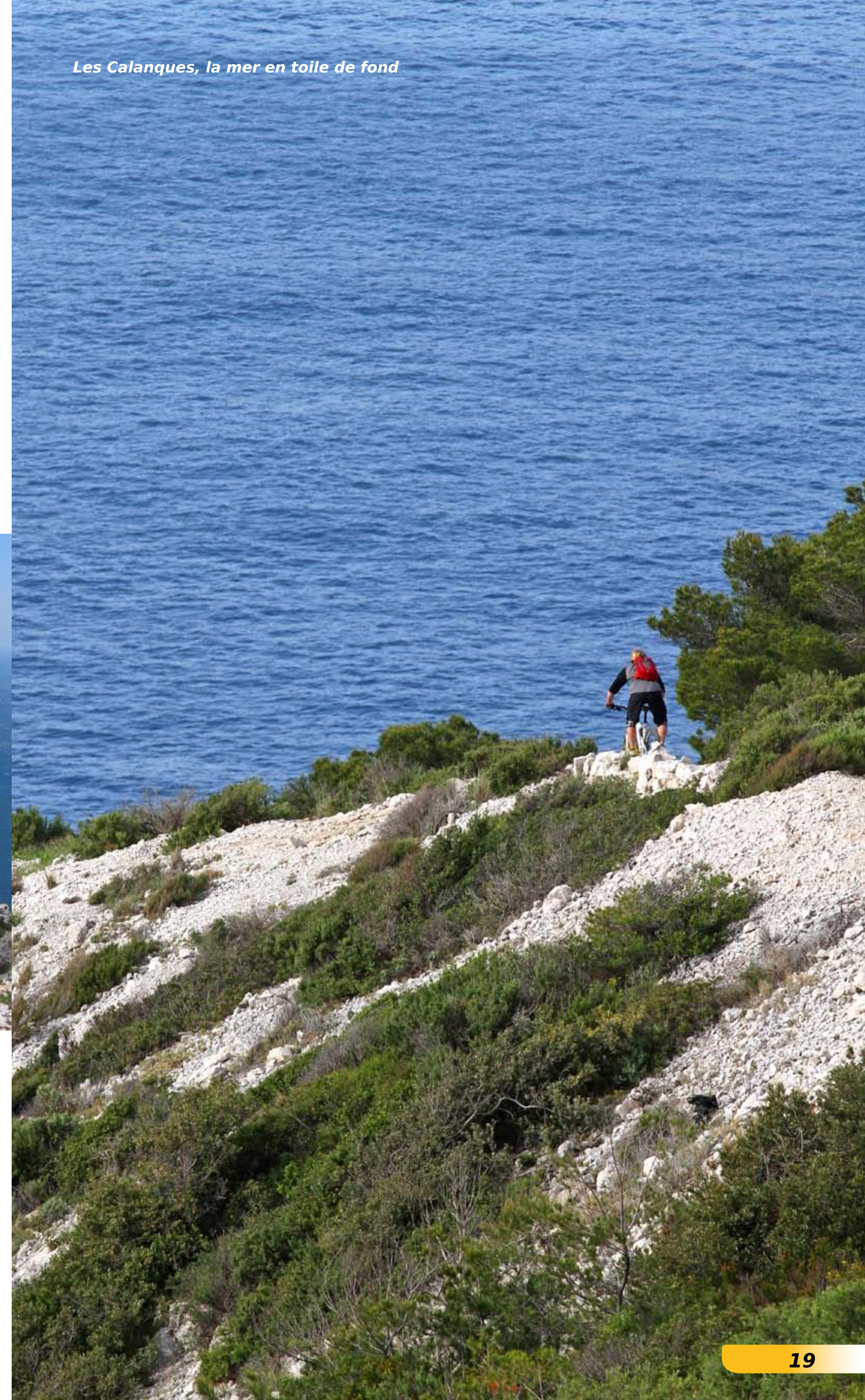
Nous avons encore du travail d'ici l'éclosion du projet de Parc National. ***Nous aurons notamment besoin de vous tous vététistes lors de la procédure d'enquête publique.*** Chaque citoyen peut alors porter un avis sur le projet, avis obligatoirement analysé dès lors qu'il est parvenu à temps au commissaire enquêteur. ***Pour cela, rien de plus simple : adhérez à MBF et/ou à des Calanques et des Hommes. Vous aurez toutes les informations en temps utile en faisant partie du réseau de communication de ces associations !***
- Carton rouge à l'inertie politique

Enfin, nous nous permettons d'adresser un carton rouge au GIP. En effet, l'inertie à faire valider par écrits des décisions prises à l'oral en réunions est inversement proportionnelle à la rapidité avec laquelle les protagonistes du GIP avalisent par oral nos demandes pour le VTT ! En clair : en réunions, tout le monde est d'accord pour dire que le VTT ne pose aucun problème pour l'environnement mais qu'il est un peu trop « culturellement différent » pour respecter ce qu'on appelle « la quiétude des lieux ». Tout le monde s'accorde à dire par contre qu'il se pratiquera en Liberté, conditionnée certes (par un comportement exemplaire, par une aide à la sensibilisation de MBF, etc...), mais en Liberté ! Cependant rien n'est encore écrit et nous nous battons aujourd'hui pour que ça le soit !

En effet, ce principe de liberté de circulation est fondamental ! Il convient de rappeler qu'il n'est pas inédit puisqu'on le retrouve dans d'autres parcs nationaux tels le Parc National des Cévennes. De plus, la Mountain Bikers Foundation a toujours admis que cette liberté (constitutionnellement protégée) d'aller et venir devra s'accompagner de restrictions fondées sur des critères concrets. Les projets actuellement en discussion fondent les possibles autorisations sur des critères totalement arbitraires. Ainsi, il est fait référence à la technicité des chemins (celle-ci varie pourtant selon le pratiquant et son matériel) ; à la déclivité des chemins (sans préciser le pourcentage) ; ou encore à la vitesse (sans préciser non plus celle-ci). Ainsi, en l'état actuel, l'autorisation (et non l'interdiction) de circuler sera soumise à l'arbitraire.


A la fin du portage pour atteindre le plateau de l'Homme Mort

Il n'est donc pas actuellement garanti que les 14 % de Marseillais faisant du VTT puissent continuer à pratiquer leur passion. Une passion ne s'arrêtant pas à une interdiction, il convient d'imaginer ce que serait la conséquence d'une interdiction du VTT dans les calanques (ou même à Luminy). Elle aurait pour conséquence d'obliger les pratiquants Marseillais à prendre leur voiture, et à traverser le parc national (via la gineste) pour aller rouler sur des chemins autorisés. Ainsi, sous couvert d'une prétendue protection de la nature, l'interdiction du VTT dans les calanques ne ferait qu'augmenter la pollution dans celui-ci !
Triste paradoxe...


Les Calanques, la mer en toile de fond

Cartouche contenant la distance, le dénivelé, l'horaire ainsi que la difficulté technique

Numéro et nom du circuit

Présentation du circuit

Points intermédiaires sous la forme (1 : 4 km - 80 m) par exemple.
1 : indique le numéro du point intermédiaire
4 km : donne la distance du point par rapport au point de départ
80 m : précise l'altitude à laquelle se trouve ce point

5 - LES VALLONS DES CALANQUES

LES CALANQUES À VTT

V4

Distance	11 km
Dénivelé	600 m
Horaire	4h00
Difficulté	V4

Voici un Topo pour vététistes confirmés, adeptes des portages «sportifs» et des sentiers techniques. Une belle immersion dans le massif pour ressentir la magie des calanques et passer rapidement de la ville à la nature. Le sentier du Malvallon sera une bonne alternative au GR98 du bord de mer les jours de forte affluence.

ITINÉRAIRE

Variantes :
- Possibilité de partir du Roy D'Espagne (route de Sormiou).
- Du col de la Selle si on veut faire du moins technique on prendra le sentier globalement descendent (V3) partant sous le col de la Selle en direction du col de la Mounine, le Sémaphore de Callelongue et enfin la calanque du même nom. Retour par la route du bord de Mer, La Madrague puis le boulevard de la grotte Rolland. C'est une variante de toute beauté qu'il faut absolument faire par ailleurs.
- Possibilité de rejoindre directement le col de la Selle par la Fontaine de Voire (poussage/portage) puis chemin en balcon jusqu'au col.
- Le sentier direct du Plateau de l'Homme mort > col de la Selle roule bien tant qu'il est à plat, la dernière descente est raide et très technique (V5).

(50m) Du bout du boulevard de la Grotte Rolland, partir plein Nord et prendre la première intersection à droite. Rejoindre le canal de Provence, et le suivre pour rejoindre le parc Pastré. Se diriger plein Nord puis prendre la piste à flanc. Cette piste se met à monter franchement le long de plantations d'oliviers, puis redescend. Ne pas rater le prochain croisement à droite sur un sentier. Ignorer les prochains croisements et continuer tout droit : le sentier permet de sortir du parc à flanc et de retrouver une route. Prendre à droite cette route qui monte assez sévèrement. au point d'altitude 143 m sur la carte IGN, prendre la piste sablonneuse à droite qui rejoint un collet. Descendre par la piste. Rejoindre le chemin du Roy d'Espagne (route vers Sormiou).

(1 : 4 km – 80 m) Monter au col de Sormiou par la route. Quelques portions raides juste avant le col.

(2 : 6 km – 181 m) Du col de Sormiou, suivre le GR 98 jusqu'au col de Cortiou : quelques portions roulantes sur un chemin un peu trialisant, quelques poussages.

(3 : 7 km – 244 m) Du col de Cortiou, laisser le GR98 et monter en portage quasi intégral. Attention ce portage nécessite ponctuellement de s'aider d'une main sur un court passage. Au sommet du plateau de l'Homme Mort (alt 396 m sur IGN), ne pas hésiter à prendre un peu de repos, la vue sur tout le massif y est grandiose !

(4 : 7.5 km – 396 m) Suivre le sentier large et légèrement descendant jusqu'au point d'altitude 376 m sur IGN, marqué par un kairn. Prendre à gauche ce sentier. La partie haute comprend deux courts passages V5, mais après c'est un sentier roulant sur un thalweg pierreux. En bas on retrouve un sentier provenant des Trois Arches.

(5 : 9.3 km – 122 m) Descendre vers la mer sur une dizaine de mètres et prendre le premier embranchement à droite. La remontée au col de la Selle s'effectuera en majorité en portage, quelques sections de poussage. Sous le col de la Selle possibilité de rejoindre Callelongue par un sentier V3 (voir variantes).

(6 : 10 km – 275 m) Descendre par le sentier passant au sud de la Grotte Rolland. Cette section est très technique et il sera un bon challenge de passer sans poser un seul pied. (V5).

Le Malvallon qui mène jusqu'à la calanque de Marseilleveyre



36 37

Rappel de la difficulté technique

Encadré avec infos diverses

Description détaillée du circuit présenté. Les accès au départ du parcours sont rassemblés en page 2

Les tracés GPS des circuits sont téléchargeables gratuitement ici

- Distance :

mesurée dans la plupart des cas grâce à un système GPS informatique. Cette méthode est à apprécier avec une précision de +/- 5%.


Dans le Malvallon

- Dénivelé :

calculé sur la base uniquement du dénivelé positif, c'est à dire celui effectué à la montée. Pour des circuits comportant plusieurs remontées, le dénivelé donné, est celui de la somme de toutes les montées. Le dénivelé négatif sera mentionné uniquement pour des itinéraires purement "descentes" ou des traversées, c'est-à-dire avec des points de départ et d'arrivée différents. Dans ce dernier cas, il sera mentionné Dénivelé signifiant Dénivelé positif/Dénivelé négatif.

- Durée :

estimée en ne comptabilisant que le temps de roulage. En quelque sorte, c'est le temps qu'indiquerait un compteur. Les pauses, d'aucune forme que se soit, ne sont prises en compte. Il faut considérer la durée comme le temps minimum nécessaire pour effectuer les itinéraires. En effet, les pauses repas, photos, les recherches d'itinéraires, les arrêts tout court peuvent considérablement augmenter le temps de présence sur le terrain, jusqu'à doubler la durée indiquée.
Bien entendu, selon la difficulté de l'itinéraire, la durée n'est pas estimée de la même façon.
A noter que dans les Calanques, les itinéraires se déroulent très souvent sur des sentiers (notamment à partir du niveau technique V3), ainsi la progression peut être très lente.

- Difficulté :

la difficulté est définie uniquement selon la difficulté technique du circuit. Cette notion, bien entendu, tient compte des parties descendantes et éventuellement plates. Les montées ne sont pas évaluées

- L'échelle VTOPO :

divisée en 6 catégories de V1 à V6, elle évalue uniquement la difficulté à rester sur le vélo à la descente ou sur le plat. Un vététiste descendant du vélo, dans les passages les plus durs d'un itinéraire côté V4, ne pourra pas prétendre à un niveau technique V4.
Enfin pour comprendre l'échelle VTOPO, il faut définir les mots suivants :
- Piste : voie large (>3 m) et carrossable empruntée par tous types de véhicules forestiers même les plus gros.
- Chemin : voie plus étroite (entre 2 m et 3 m) et parfois plus pentue que la piste, empruntée uniquement par les véhicules légers 4x4.
- Sentier : voie étroite adaptée aux piétons qui doivent la plupart du temps évoluer en file indienne.

Voici donc l'échelle VTOPO :

Échelle VTOPO	Difficultés techniques rencontrées
V1	*Descentes uniquement sur pistes roulantes à inclinaison faible à modérée (maxi 10%). Le revêtement est généralement bien stabilisé. Idéal pour les enfants et les débutants.*
V2	*- Descentes roulantes sur pistes ou chemins plus raides, plus caillouteux (maxi 25%). - Sentiers faciles (uniquement recouverts de terre avec une inclinaison faible).*
V3	*- Descentes sur sentier caillouteux (possibilité de passages raides) demandant une pratique régulière du VTT. Possibilité de rencontrer des marches (30 à 40 cm maxi). - Pistes ou chemins raides et caillouteux (au delà de 25% - passage derrière la selle nécessaire généralement).*
V4	*Sentiers ou chemins techniques comportant de nombreuses marches parfois hautes (>40 cm), des passages raides à très raides, des épingles, des dalles, du "trial" facile. D'une manière générale, les descentes de cette catégorie sont soutenues.*
V5	*Descentes comportant de nombreux passages engagés et raides. Sauts à envisager sur certains obstacles, franchissements, marches hautes (1 m), trial exigeant. À ce niveau de difficulté, le matériel de descente est fortement recommandé.*
V6	*Passages très engagés et très soutenus, trial très exigeant... La catégorie V6 est à réserver à l'élite du VTT. Enchaîner un passage V6 implique une prise de risque importante où la chute est bien souvent interdite.*

Pour résumer :
- De V1 à V2 (itinéraire vert - catégorie Famille) : parcours adaptés à une pratique familliale ou à la découverte de l'activité.
- V3 (parcours bleu - catégorie Initiés) : itinéraires typés Cross Country.
- V4 à V6 (parcours orange - catégorie Experts) : tracés difficiles et engagés.

- Itinéraire :

La description de l'itinéraire se base sur des repères trouvés sur le terrain mais peut aussi s'appuyer sur des éléments de la carte IGN locale, comme par exemple des côtes altimétriques.

Toutes les indications de direction sont données dans le sens de la progression. Lorsque l'information est intéressante, les balises rencontrées sont indiquées. Il faudra distinguer les balises PR ("Petites Randonnées"), souvent de couleur jaune et les GR ("Grandes Randonnées"), balisés en rouge et blanc. On trouvera toutefois des balises locales, des balises VTT, et même des panneaux indicateurs. Les appellations GR, GR de Pays, PR sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Informations pratiques

- Secours

112 sur un portable ou le 18 depuis un fixe.

- Météo

www.meteofrance.com

- Ouverture des massifs forestiers en été

http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr/

- Tenue vestimentaire

On ne vous apprendra rien en disant qu'ici il fait plutôt bon ! En effet, de mi-mars à mi-octobre, les températures sont très agréables et une tenue légère est recommandée. Méfiez-vous toutefois en début ou fin de saison, du mistral qui peut faire baisser considérablement les températures. Prévoyez, pendant ces périodes transitoires, de quoi vous isoler du vent.
L'été, il fait très chaud et le VTT ne peut se pratiquer (par obligation légale et par logique aussi !) que le matin de très bonne heure. Passé 11h, cela devient infernal. Notez que l'on peut rencontrer parfois ces conditions en plein mois de mai...

Durant l'automne, la Provence est souvent arrosée de fortes pluies, accompagnées de gros orages. Prudence donc. L'hiver est principalement très sec. Il pleut rarement. Par contre, le mistral souffle fréquemment. Les températures peuvent être glaciales !

Dernière chose, les gants et le casque sont indispensables (surtout le casque !). Les protections de descente sont largement recommandées sur certains parcours, notamment à partir de la difficulté V4.

- Matériel

Préférez un petit sac à dos avec une poche à eau intégrée (minimun 1 L), où l'on peut y glisser le matériel de réparation, la carte, le portable. Un filet élastique rend bien service pour y glisser polaire et autres vêtements. Emportez toujours beaucoup d'eau avec vous, c'est capital. Prévoyez aussi une ou deux petites barres énergétiques qui vous revitalisent en cas de galère...

Côté matériel technique, la chambre à air de rechange ainsi que la pompe (et démonte-pneus...), sont indispensables. En plus, il est conseillé d'emporter un outil multi-clef avec dérive-chaîne permettant d'effectuer les petites réparations. Sur les longs circuits cassants, un kit de réparation en cas de crevaisons multiples est le bienvenu. Si la contenance du sac le permet, on pourra se munir d'une petite trousse à pharmacie et d'une couverture de survie. D'une manière générale, essayez de partir le plus léger possible sans toutefois négliger le matériel de sécurité.

- Itinéraires proposés

Les parcours proposés le sont à titre indicatif et ne sont en aucun cas des itinéraires VTT officiels. ***En aucun cas, les protagonistes de cet ouvrage ne seraient être tenus responsables de problèmes ou d'accidents rencontrés sur les circuits cités dans ce guide.***



Après le col de Cortiou

ITINÉRAIRES



Au col de Cortiou

Voici 8 itinéraires VTT à travers le massif des Calanques, du facile au très technique. Bien entendu, ce n'est qu'une sélection et il existe bien d'autres possibilités à découvrir. Il vous appartient de découvrir le reste tout en sachant que de nombreux sentiers sont impraticables à vélo. Ce massif possède une géographie géologique très complexe, tourmenté et accidenté.

Bien souvent, il faudra accepter de porter ou de pousser le vélo, et affronter aussi sur le vélos des côtes bien raides. C'est le tarif des Calanques. Même dans les itinéraires faciles, les ascensions ne seront jamais un cadeau.

Par conséquent, rouler dans les Calanques demande un certain entraînement, l'habitude d'évoluer sur des terrains accidentés, rocailleux et parfois fuyants ; les vitesses de progression sont alors très réduites, a peine plus rapides qu'un bon marcheur ! Mais c'est aussi ça le charme des Calanques !

V1+

Distance 25 km
Dénivelé 750 m
Horaire 4h00
Difficulté V1+

Quelle belle et longue balade à travers le massif ! Même si l'itinéraire reste sportif, le dénivelé est conséquent, il n'en reste pas moins très abordable techniquement. Pas de difficulté prévue dans ce sens mais un émerveillement constant des yeux. Et puis la visite du joyau des Calanques mérite vraiment l'effort réalisé.

ITINÉRAIRE (100 m) De la route de luminy, monter au col Ricard par la piste principale puis le joli sentier en balcon. Descendre le vallon de Chalabran par la piste.

(1 : 7,5 km – 200 m) En bas du vallon de Chalabran, remonter par la route au col de la Gardiole. Redescendre jusqu'à la calanque d'En Vau par la piste qui part à droite de la maison forestière de la Gardiole (unique piste qui descend à En Vau). Possibilité à mi-descente de faire un crochet au magnifique belvédère d'En Vau (via le col de l'Oule). Descendre jusqu'à la calanque d'En Vau par la piste. Maîtriser et limiter sa vitesse. Profiter de la calanque

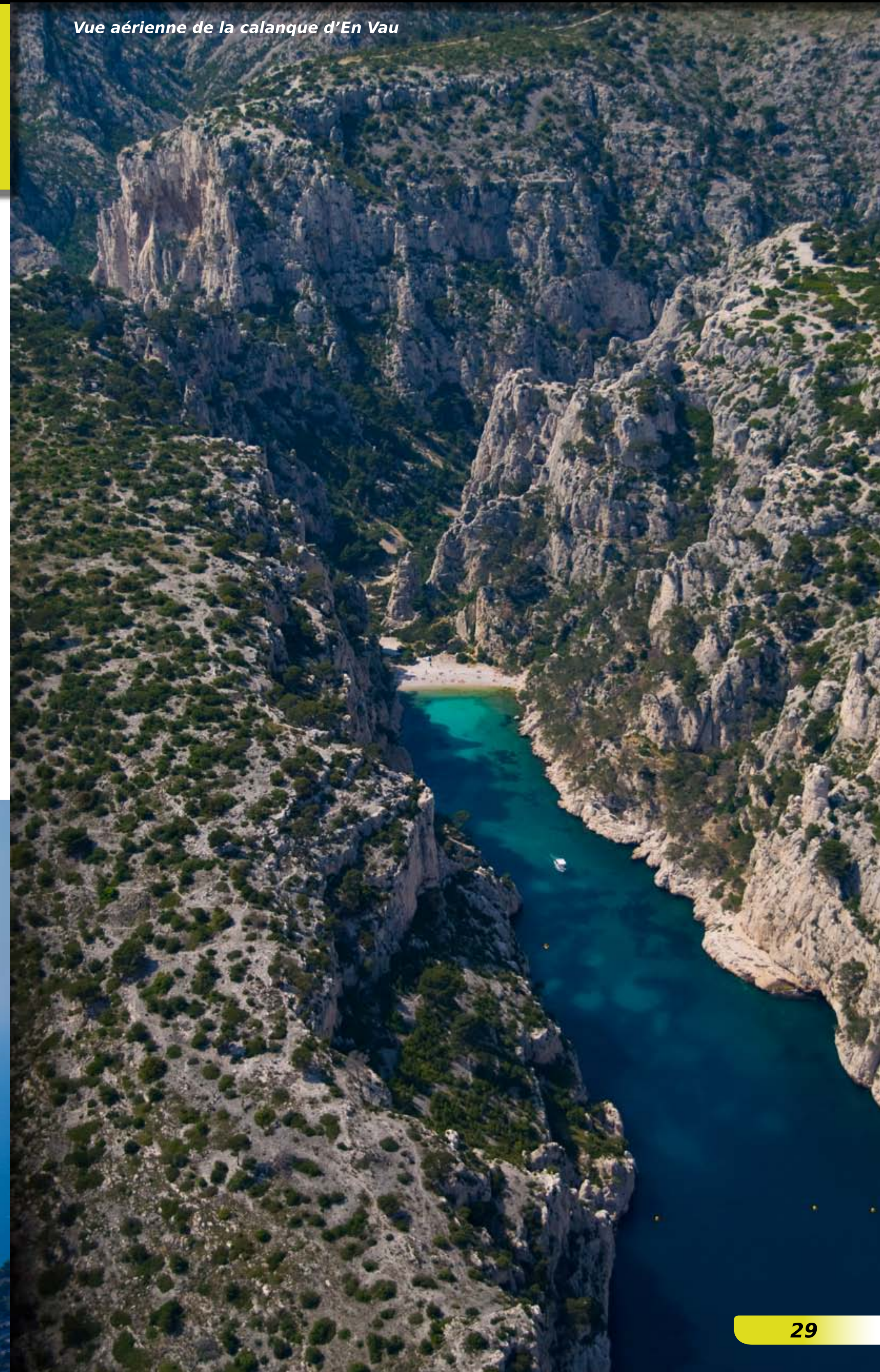
(2 : 13,5 km – 0 m) Retour par le même itinéraire en sachant que cette partie sera plus difficile et plus long qu'à l'aller !

Variantes : Pour aller plutôt visiter la calanque de Port-Pin : Au col de la Gardiole, ne pas prendre la route qui descend mais la piste à gauche qui descend vers l'auberge de la Fontasse. Continuer sur la piste tout droit et, 50 m après l'auberge, prendre le sentier large et facile (V2) qui redescend sur la calanque de Port-Pin. Arrivée fantastique sur la calanque au détour d'un virage. Remonter par le même chemin (physique) ou plutôt rejoindre Port-Miou par le sentier de bord de mer (court poussage/portage au début). Retour : soit rejoindre la gare de Cassis par la ville, soit revenir sur Luminy en empruntant l'itinéraire emprunté à l'aller ; grosse journée en perspective !

Le cap Canaille et au premier plan les crêtes de l'Estret



Vue aérienne de la calanque d'En Vau



V2+

Distance 14 km
Dénivelé 420 m
Horaire 2h00
Difficulté V2+

Voici un parcours plutôt facile physiquement et techniquement. Malgré quelques côtes où il faudra faire preuve d'espérance, il reste complètement abordable. Il existe plusieurs autres variantes, plus techniques. Les vues sur Morgiou et la Candelle sont fantastiques.

ITINÉRAIRE (89 m) Du parking situé au bord de la route Léon Lachamp, juste avant le rond-point du col de la Gineste, traverser prudemment la route et trouver en face le départ d'un DFCI entre des villas. Passer trois épingles, continuer l'ascension sous cette belle forêt de pins d'Alep. Au prochain croisement, quitter la piste pour un chemin qui monte franchement à droite. Alors que la pente se redresse encore, quitter la piste pour un joli sentier qui descend tranquillement sur la gauche. Gagner une piste à proximité des terrains de sport de la faculté de Luminy. Prendre à droite. Au prochain croisement, tourner à gauche, suivre la piste (ou un sentier qui longe en contre-haut) et tourner à droite au prochain croisement.

(1 : 2,5 km – 145 m) Rouler et atteindre un nouveau carrefour. Prendre à droite un chemin discret qui monte jusqu'aux crêtes. Prendre à gauche. Rouler, gagner un croisement. Prendre entre les deux pistes, un chemin qui descend dans les bois. Attention aux épingles surprenantes. Atteindre un carrefour. Prendre toujours à droite et remonter la piste dans un vallon. Continuer l'ascension par la piste principale et rejoindre les crêtes.



Entre Candelle et Morgiou

(2 : 4,7 km – 195 m) Prendre à gauche, pédaler, gagner un nouveau carrefour de pistes. Prendre celle qui se se situe la plus à droite. Au prochain croisement, laisser une piste à droite (en direction du col de Morgiou) et continuer l'ascension. Gravir deux épingles, atteindre le mont de Luminy. Continuer sur la piste, passer une épingle en descente (on peut couper par le sentier – plus technique). Continuer de rouler. Grimper une courte portion, passer une épingle et atteindre un nouveau promontoire. L'itinéraire principal emprunte la piste à la descente (lacets), mais il est possible de couper par un sentier balisé (technique – V4-). Suivre alors la piste, passer les épingles, descendre jusqu'à une nouvelle piste. Tourner à gauche. Grimper et rouler. Ne pas prendre les pistes qui partent à droite. Dans le fond d'un vallon, prendre la piste qui descend à droite, rouler tout droit jusqu'au grand parking d'Euromed'.

(3 : 10,3 km – 165 m) Prendre tout de suite à gauche pour trouver un sentier qui longe le parking en contrebas (peu marqué). Poursuivre par un chemin caillouteux et rocheux (prudence) et rouler jusqu'aux terrains de sport. Suivre le goudron le long du stade, traverser le carrefour routier et grimper en face par une piste. Suivre le DFCI principal à droite. Se tenir toujours à gauche et récupérer la première partie de l'itinéraire que l'on emprunte à contre sens.



A travers le massif de Luminy

V2+

Distance 11 km
Dénivelé 600 m
Horaire 4h00
Difficulté V2+

Un itinéraire sans grosse difficulté avec deux sentiers sans grande pente et des liaisons par pistes faciles. L'itinéraire, constitué de 3 boucles, pourra être raccourci ou rallongé à sa guise. Le point de départ du col de la Gineste est indicatif : on pourra démarrer tout autant du col de la Gardiole où de Port-Miou.

ITINÉRAIRE (350m) Du col de la Gardiole, trouver un sentier partant en contrebas dans le vallon de la Gardiole. Suivant les années, ce sentier peut-être plus ou moins embroussaillé : prévoir des manches longues. Au 3/4 de la descente, prendre un sentier remontant pleine pente, et ce pour éviter la propriété privée de la ferme du Logisson). Le suivre jusqu'à redescendre au niveau de la stelle Gaston Rebuffat).

(1 : 6 km – 200 m) Suivre la piste (barrière) qui se transforme ensuite en sentier étroit dans un vallon très sauvage. En 2011 le sentier est bien dégagé et débroussaillé et roulable dans son immense partie, sauf quelques points ponctuels (V3). On débouche dans la calanque de Port Miou.

(2 : 11 km – 20 m) De Port Miou, longer la calanque par la large piste et remonter en direction du col de la Gardiole en passant par la Fontasse. Au col de la Gardiole, prendre le chemin qui coupe les lacets de la route et repasser devant la stelle Gaston Rebuffat.

(3 : 16 km – 200 m) Remonter alors le vallon de Chalabran et sa longue piste roulante. Pour rejoindre le col Ricard une courte section raide vous obligera à peut-être mettre pied à terre.

(4 : 21 km – 320 m) Le col Ricard est très agréable à descendre (V2+ et quelques épingles un peu plus difficiles), profiter donc de cette descente et d'une longue boucle sur piste très roulante en direction de la mer. La piste ramène sans trop d'effort au col Ricard (prendre toutes les intersections à gauche).

(5 : 26 km – 320 m) Remonter en direction du col de la Gineste par le sentier (poussage/portage). Attention, la descente sur le col de la Gineste est ponctuellement plus technique que le reste de la boucle (V3 à V4), méfiance !



Romarin



Depuis le cap Canaille, vue plongeante sur la baie de Cassis, à gauche la Gardiole et la Gineste

V3+

Distance 11 km
Dénivelé 500 m
Horaire 4h00
Difficulté V3+

Un petit tour physique mais modérément technique pour les Calanques avec tout au long de magnifiques vue sur la baie de Cassis. Vue plongeante superbe sur la calanque d'En Vau avec la possibilité de s'y baigner (variante). La montée est très exposée au vent. Ce topo a déjà été mentionné dans le topo guide VTT Région Marseille-Toulon paru aux éditions EDISUD en 1995 !

ITINÉRAIRE (268 m) Du col de la Gardiole, remonter plein Ouest par la piste de la crête des Estrets. Au premier embranchement, bien monter en direction de la crête et ne pas prendre à gauche la piste. Par la suite, préférer par deux fois la piste évitant la crête. Cette montée est parfois rude, caillouteuse, il faut parfois s'accrocher pour tout passer sur le vélo.



Depuis la Candelle, panorama vers Morgiou sur fond d'archipel de Riou

(1 : 3,4 km – 500 m) Avant le cap Gros quitter la piste (gros kaïrn) et prendre à gauche le chemin balisé en bleu. Au bout du sentier, faire une pause et s'émerveiller de la vue sur les calanques. Toujours suivre le chemin balisé en bleu en direction du cap Gros (ruines, puits). Descendre les escaliers à pieds. Passés ces escaliers, le chemin devient bien trialisant (V4 à V5 par endroits), pour redevenir V3. Suivre le chemin bleu jusqu'au vallon de l'Oule et retrouver une piste. Remonter au col de l'Oule par cette piste.

(2 : 6,3 km – 177 m) Du col, ne surtout pas rater en aller-retour le belvédère d'En Vau et sa vue plongeante sur la calanque. Descendre sur le Portalet par un chemin assez rapide large. Remonter au col de la Gardiole par la piste puis la route.



Après le cap Gros et les Escaliers, la vraie descente commence

Variantes :

- On pourra aussi partir de Cassis (calanque de Port Miou) pour éviter de terminer par une montée. Pour cela rejoindre le point de départ par la piste passant par l'Auberge de Jeunesse de la Fontasse et reprendre l'itinéraire principal. Au retour, repasser par cette Auberge et se diriger Sud-Ouest sur la piste (le Portalet). Descendre sur Port Pin par les GR51-98 (V3+ cassant). Revenir sur Port Miou par le sentier en bord de Mer, un court portage au début (passages glissants et dangereux en cas d'humidité).
- Dans le Vallon d'En Vau, on pourra descendre en aller-retour par la piste jusqu'à la mer.
- Pour éviter la zone non roulante sous le cap Gros, on pourra passer par le col de la Candelle (V4), et reprendre au col un sentier plein Nord (V3), puis remonter en portage vers le sentier bleu à la prochaine intersection à gauche.
- Au col de la Candelle, on pourra aussi rallonger en aller-retour sur le GR98 (magnifique vue sur la calanque de Sugiton), mais un petit portage au retour pour remonter au col de la Candelle.
- Une autre alternative à la descente du cap Gros. Après le point 1, lorsque l'on quitte la piste pour le chemin balisé en bleu, à mi-chemin avec le cap Gros, descendre à gauche un sentier balisé en bleu (sentier des Garrigues). Rouler ainsi jusqu'au col de l'Oule (épingles serrées,passages techniques V4 à V5).

V4

Distance *11 km*
Dénivelé *600 m*
Horaire *4h00*
Difficulté *V4*

Voici un Topo pour vététistes confirmés, adeptes des portages «sportifs» et des sentiers techniques. Une belle immersion dans le massif pour ressentir la magie des calanques et passer rapidement de la ville à la nature. Le sentier du Malvallon sera une bonne alternative au GR98 du bord de mer les jours de forte affluence.

ITINÉRAIRE

Variantes :
- Possibilité de partir du Roy D'Espagne (route de Sormiou).
- Du col de la Selle si on veut faire du moins technique on prendra le sentier globalement descendent (V3) partant sous le col de la Selle en direction du col de la Mounine, le Sémaphore de Callelongue et enfin la calanque du même nom. Retour par la route du bord de Mer, La Madrague puis le boulevard de la grotte Rolland. C'est une variante de toute beauté qu'il faut absolument faire par ailleurs.
- Possibilité de rejoindre directement le col de la Selle par la Fontaine de Voire (poussage/portage) puis chemin en balcon jusqu'au col.
- Le sentier direct du Plateau de l'Homme mort > col de la Selle roule bien tant qu'il est à plat, la dernière descente est raide et très technique (V5).

(50m) Du bout du boulevard de la Grotte Rolland, partir plein Nord et prendre la première intersection à droite. Rejoindre le canal de Provence, et le suivre pour rejoindre le parc Pastré. Se diriger plein Nord puis prendre la piste à flanc. Cette piste se met à monter franchement le long de plantations d'oliviers, puis redescend. Ne pas rater le prochain croisement à droite sur un sentier. Ignorer les prochains croisements et continuer tout droit : le sentier permet de sortir du parc à flanc et de retrouver une route. Prendre à droite cette route qui monte assez sévèrement. au point d'altitude 143 m sur la carte IGN, prendre la piste sablonneuse à droite qui rejoint un collet. Descendre par la piste. Rejoindre le chemin du Roy d'Espagne (route vers Sormiou).

(1 : 4 km – 80 m) Monter au col de Sormiou par la route. Quelques portions raides juste avant le col.

(2 : 6 km – 181 m) Du col de Sormiou, suivre le GR 98 jusqu'au col de Cortiou : quelques portions roulantes sur un chemin un peu trialisant, quelques poussages.

(3 : 7 km – 244 m) Du col de Cortiou, laisser le GR98 et monter en portage quasi intégral. Attention ce portage nécessite ponctuellement de s'aider d'une main sur un court passage. Au sommet du plateau de l'Homme Mort (alt 396 m sur IGN), ne pas hésiter à prendre un peu de repos, la vue sur tout le massif y est grandiose !

(4 : 7.5 km – 396 m) Suivre le sentier large et légèrement descendant jusqu'au point d'altitude 376 m sur IGN, marqué par un kairn. Prendre à gauche ce sentier. La partie haute comprend deux courts passages V5, mais après c'est un sentier roulant sur un thalweg pierreux. En bas on retrouve un sentier provenant des Trois Arches.

(5 : 9.3 km – 122 m) Descendre vers la mer sur une dizaine de mètres et prendre le premier embranchement à droite. La remontée au col de la Selle s'effectuera en majorité en portage, quelques sections de poussage. Sous le col de la Selle possibilité de rejoindre Callelongue par un sentier V3 (voir variantes).

(6 : 10 km – 275 m) Descendre par le sentier passant au sud de la Grotte Rolland. Cette section est très technique et il sera un bon challenge de passer sans poser un seul pied. (V5).



Le Malvallon qui mène jusqu'à la calanque de Marseilleveyre

V4+

Distance 20 km
Dénivelé 950 m
Horaire 4h30
Difficulté V4+

Voici un splendide tracé qui combine sentiers étroits et panoramiques, vues à couper le souffle, portages, relances... Un condensé du VTT dans les Calanques qui demande tout de même un bon bagage technique et physique pour l'apprécier à sa juste valeur.

ITINÉRAIRE

(90 m) Depuis la fin du chemin de Morgiou (après la prison des Baumettes – terminus du bus 22), grimper la route qui mène à la calanque de Morgiou. Pénétrer dans les bois. A la première grande piste qui part à droite (avec barrière), quitter le goudron et suivre ce DFCI qui monte rapidement jusqu'à dominer la calanque de Sormiou. Vue magnifique. Continuer la piste qui descend au col de Sormiou.

(1 : 2,2 km – 181 m) Traverser la route et suivre en face le sentier (GR98-51). Grimper jusqu'au col de Cortiou (alternance de portages et roulages). De là, suivre tout le temps les GR98-51 qui mènent à Marseilleveyre (sentier en balcon superbe, passages techniques, parfois exposés, relances, portages...) Atteindre la calanque de Marseilleveyre, continuer par le bord de mer (GR) jusqu'à la prochaine Calanque, la Mounine. Suivre encore et toujours le GR et le quitter juste après pour suivre le tracé en pointillé noir qui grimpe au sémaphore de Callelongue (portage). Redescendre sur Callelongue par le tracé orange (superbe) et atteindre le hameau.

(2 : 8,7 km – 5 m) Suivre le goudron, monter. Lorsque la route se met à descendre. Dans le virage, quitter la route pour suivre une piste à droite. Pousser le vélo sur la fin et gagner un carrefour. Suivre à nouveau les GR98-51 qui mènent jusqu'à la Madrague de Montredon. Attention, cette section est physique avec des portages raides. A noter aussi un passage d'escalade facile où il est impératif d'être deux pour se passer les vélos... Pour ceux qui ne souhaitent par faire cette partie, de Callelongue à La Madrague, il est tout à fait possible d'emprunter la route des Goudes.

(3 : 12,7 km – 16 m) De la Madrague, pénétrer en ville et rouler jusqu'à l'entrée du parc Pastré. Remonter l'allée principale goudronnée. En haut, une fois sous les arbres, longer le canal sur la gauche. Atteindre l'arrière d'un grand immeuble. Continuer tout droit, passer une brèche dans un mur et suivre plutôt les sentiers qui partent à droite. Atteindre très vite une piste. Remonter à droite. Au prochain croisement, prendre encore à droite et suivre la piste jusqu'à un col. Suivre le sentier qui part à droite sur 50 m et emprunter une des descentes tracées à gauche. Les suivre jusqu'en bas, dans le vallon de la Jarre. Sortir en empruntant la piste principale et atteindre un rond point, face au magasin Leclerc. Continuer tout droit avenue Colgate. Au feu, tourner à droite et rouler jusqu'au parking.



Un très joli sentier



Sur le GR du bord de mer, suspendu au-dessus de la Grande Bleue

V5

Distance 20 km
Dénivelé 750 m
Horaire 3h30
Difficulté V5

Voyage au pays des calanques jumelles de Sormiou et Morgiou. Un trail court mais très exigeant sur le plan technique, notamment pour la descente qui mène à Sormiou. Les ascensions se font principalement par les routes du feu, elles sont assez fastidieuses. Mais le jeu en vaut la chandelle ! Avis aux amateurs...

ITINÉRAIRE (45 m) Du collège du Roi d'Espagne, situé sur le chemin du même nom. Grimper l'avenue plein nord, aller tout droit, passer plusieurs rond-point et suivre la petite route de Sormiou. D'abord plate, elle se redresse très fortement pour atteindre le col de Sormiou. Quitter la route pour suivre la piste DFCI à gauche (barrière). Grimper, puis rapidement rouler à plat. Atteindre un promontoire d'où l'on peut admirer la calanque de Sormiou. Descendre la piste sur 50 m et la quitter pour suivre un sentier qui descend à droite dans un vallon. Rejoindre la piste plus bas dans un large virage. C'est de là que part la descente sur Sormiou.

(1 : 3,8 km – 185 m) Quitter le DFCI pour trouver un sentier qui descend. Il n'y a guère qu'un unique tracé jusqu'à Sormiou, aucun problème d'orientation possible. Attention, trail très technique, notamment dans sa partie intermédiaire. Atteindre le grand parking de la calanque. En profiter pour visiter Sormiou et en sortir par l'unique route goudronnée qui ramène au col (raide). Du col, reprendre à nouveau la piste (à droite cette fois-ci). La descendre jusqu'à la route de Morgiou (on peut emprunter le raccourci cité précédemment). Grimper le goudron jusqu'à un col (raide). Quitter la route pour suivre le tracé bleu qui chemine sur les crêtes. Sur la fin, il faut porter le vélo. Continuer les crêtes et le tracé (trail technique). Une fois les difficultés passées, après une courte remontée dans les pierres, suivre le sentier facile et à plat jusqu'à un grand carrefour (large plateau).

(2 : 9,5 km – 238 m) Suivre le tracé rouge à gauche qui descend sur Morgiou. Là aussi, comme pour Sormiou, aucune difficulté pour suivre l'itinéraire jusque dans la calanque. Le sentier est roulant, avec quelques passages techniques. Rejoindre la route et descendre jusqu'à Morgiou. Sortir de la calanque par la route goudronnée que l'on remonte longuement (raide et long) jusqu'au col cité précédemment. Quitter la route pour prendre à droite une piste (barrière). Un peu plus haut, quitter le DFCI pour suivre un sentier à droite. Rejoindre la piste au niveau du col de Morgiou.

(3 : 14,5 km – 198 m) Quitter le DFCI pour descendre à gauche un sentier balisé en rouge. Le trail est magnifique, sous les arbres, technique. Atteindre le quartier des Baumettes. Suivre la rue principale à droite. Rouler. Au premier feu tricolore, prendre à gauche l'avenue Colgate. Au rond-point suivant, descendre à droite le chemin du Roi d'Espagne jusqu'au parking.


Sur le sentier qui descend sur Morgiou


Pause contemplative sur la calanque de Sormiou

V3+

Distance 22 km
D+/D- 1080/1330
Horaire 5h30
Difficulté V5

De Cassis à Marseille, quel itinéraire et quelle ambiance ! Difficile de décrire cette traversée tellement elle est belle. Mais derrière tous ces éloges se cachent de redoutables trails qui mêlent parfaitement efforts physiques et engagement technique...


Après le col de Cortiou, le trail est encore magnifique

ITINÉRAIRE

Au maximum : Il est tout à fait possible d'effectuer cette traversée depuis le centre de Cassis jusqu'au cœur de Marseille. Toutefois, nous avons préféré, vu le programme qui attend le vététiste, de démarrer du col de la Gardiole et d'arriver à Callelongue. Pour ceux qui voudraient en faire le maximum se référer :
- au parcours « Cap Gros par les crêtes de l'Estret » pour connaître le cheminement qui mène de Cassis au col de la Gardiole.
- à l'itinéraire du « Bord de mer » pour atteindre la Madrague de Montredon.

Sur les crêtes entre Morgiou et Sormiou


(260 m) Du col de la Gardiole, en se plaçant face à la mer, suivre à droite la piste des crêtes de l'Estret. La montée est raide et très panoramique. Eviter le sentier qui monte tout droit et préférer la piste qui décrit quelques lacets (attention, à la première fourche, ne pas prendre la piste la plus à gauche, elle descend dans le vallon d'En Vau...). Rouler jusqu'au sommet des crêtes. En face se trouve le Mont Puget, point culminant du massif avec 564 m d'altitude.

(1 : 3,9 km – 530 m) Laisser une piste à gauche et continuer en face, pour suivre un sentier en rive droite du vallon de la Candelle (balisage vert et orange – passages techniques). Gagner le col de Candelle. De là, suivre les GR98-51 à droite. Il épouse tous les méandres des vallons (passages techniques et aériens, dernière descente très difficile – passage en V6-). Gagner un grand carrefour, au niveau d'un plateau. Continuer tout droit par les GR98-51 et atteindre une piste large (descente rocheuse). Suivre le DFCI à droite jusqu'au col de Sugiton. Descendre par la piste en face, côté Luminy et au prochain croisement, suivre la piste à gauche, puis encore à gauche. Monter et gagner un carrefour. Prendre à gauche et remonter la crête via quelques lacets. Atteindre le mont de Luminy.

(2 : 10,3 km – 288 m) Au plus haut point, quitter la piste pour un sentier discret qui part à gauche (balisage jaune). Descendre jusqu'au col de Morgiou (passages techniques). Suivre la piste en face. Rouler jusqu'au goudron (barrière). Traverser, continuer en face sur la crête (tracé bleu). Juste avant la dernière portion raide, quitter la crête pour suivre à droite un sentier qui descend (GR98-51). Le suivre jusqu'au petit col des Escourtines (passages techniques). Descendre à droite dans le vallon, puis encore à droite jusqu'à piste. Suivre le DFCI à gauche, grimper, puis descendre jusqu'au col de Sormiou.

(3 : 13,9 km – 181 m) Traverser la route et suivre en face le sentier (GR98-51). Grimper jusqu'au col de Cortiou (alternance de portages et roulages). De là, suivre tout le temps les GR98-51 qui mènent à Marseilleveyre (sentier en balcon superbe, passages techniques, parfois exposés, relances, portages...) Atteindre la calanque de Marseilleveyre, continuer par le bord de mer (GR) jusqu'à la prochaine Calanque, la Mounine. Suivre encore et toujours le GR et le quitter juste après pour suivre le tracé en pointillé noir qui grimpe au sémaphore de Callelongue (portage). Redescendre sur Callelongue par le tracé orange (superbe) et atteindre le hameau.

Vrai / Faux

- Le parc national des calanques sera situé entièrement sur la commune de Marseille
FAUX. Les parcelles sont partagées entre les propriétaires suivants : L'état, le département, les communes de Marseille, Cassis, Roquefort le Bédoule, la Ciotat, et Ceyreste, et des propriétaires privés.

- Il est actuellement interdit de rouler à vélo sur l'ensemble du territoire du futur parc national
FAUX. Il est seulement interdit, par un arrêté dont la légalité est « douteuse », sur une partie détenue par le Commune de Marseille. Il est autorisé dans le reste du territoire, soit la majorité de la superficie.

- Le VTT est pratiqué par 14 % de français
VRAI. C'est le 2e sport de nature derrière la randonnée pédestre.

- La future charte prévoit un principe de liberté de circulation à VTT limité selon des critères précis
FAUX. Car d'une part, il est interdit et c'est son autorisation qui sera possible, et d'autre part ces critères sont tellement flous qu'ils seront inapplicables.

- Un maire a le pouvoir d'interdire le VTT pour préserver la nature
FAUX. Le maire a des pouvoirs de police limités au maintien de l'ordre public. Seul l'Etat, et son représentant (le préfet) ont des pouvoirs de police leur permettant de veiller à la préservation de la nature.

- Les représentants du VTT ont toujours été associés à la concertation du GIP
FAUX. Alors que nous représentons la 2e activité la plus pratiquée dans les calanques, la Mountain Bikers Foundation n'a pas été associé dès le début des concertations au contraire d'autres activités bien plus anonymes et confidentielles.

- Il est prouvé scientifiquement que le VTT dégrade la nature
FAUX. Alors que de nombreuses discussions partent souvent sur ce postulat, aucune étude scientifique ne démontre cette affirmation. A contrario, le VTT participe à faire découvrir la richesse de la nature à des générations qui seront sensibilisés à la nécessaire préservation de la nature.

- Les pratiquants de VTT doivent respecter une charte de bonne conduite
VRAI. La nature étant fragile, et les VTTistes n'étant pas les seuls amoureux de la nature à en profiter, il est impératif que chaque pratiquant se comporte le plus respectueusement possible en appliquant la charte de bonne conduite éditée par la Mountain Bikers Foundation.

- MBF et des calanques et des hommes privilégient la défense de leurs pratiques au mépris de la nature
FAUX. La principale préoccupation de ces deux associations reste la préservation de la nature. Elles estiment néanmoins que celle-ci ne doit pas se faire au mépris complet des activités de nature.

- Le VTT est apprécié à sa juste valeur par le GIP des Calanques
FAUX. Si le GIP des Calanques a évolué dans sa perception du VTT, cette activité reste néanmoins mal appréciée. Les règles édictées démontrent la méconnaissance actuelle de cette activité par les pouvoirs publics.